

## VIDEO ANIMASI DAN PPT DAPAT MENINGKATKAN PENGETAHUAN TENTANG KONSUMSI SAYUR DAN BUAH PADA SISWA SEKOLAH DASAR

*Animated Videos Could Increase Elementary School Student Knowledge About  
Vegetables and Fruits Consumption*

Witri Priawantiputri<sup>1\*</sup>, Umi Mahmudah<sup>1</sup>, Mamat Rahmat<sup>1</sup>, Risa Rahmawati<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Jurusan Gizi dan Dietetika, Poltekkes Kemenkes Bandung  
Email: witri.priawantiputri@staff.poltekkesbandung.ac.id

### ABSTRACT

*Good nutritional intake is very important to support the growth and development of school-aged children. However, consumption of vegetables and fruit among school-aged children is very low. Therefore, educational media is needed to influence knowledge, attitudes and behavior in consuming vegetables and fruit. This research aimed to determine the effect of nutrition education using video on knowledge, attitudes and consumption of vegetables and fruit. This research was an experimental research with a quasi experimental design with pre test - post test with a sample of 62 grade 4 students at Pasirkaliki 156 Elementary School Bandung. Analysis of mean differences before and after intervention used Wilcoxon Test (data is not normally distributed). Mann Whitney test was used to see the difference between control and treatment groups ( $P < 0.05$  and CI 95%). There was a significant difference in students' knowledge scores between before and after being given nutrition education in the two groups. In this study, there was an increase in the average knowledge score of 2.94 points in the treatment group and 2.35 points in the control group. Attitude score average was increase 3.29 points in treatment group and 3.29 points in control group. However, changes in the average consumption of vegetables and fruit in the treatment group were lower than the control group. The research showed that animated video and power point media can be used to increase elementary school students' knowledge regarding vegetable and fruit consumption.*

**Keywords:** *attitudes, consumption of vegetables and fruit, knowledge, nutrition education, video media*

### ABSTRAK

Asupan gizi yang baik sangat penting untuk menopang tumbuh kembang anak usia sekolah. Konsumsi sayur dan buah merupakan salah satu bagian dalam mewujudkan gizi seimbang. Namun, konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah sangat rendah. Diperlukan media edukasi yang dapat mempengaruhi pengetahuan, sikap, dan perilaku anak dalam mengonsumsi sayur dan buah. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh edukasi gizi dengan media video terhadap pengetahuan, sikap, dan konsumsi sayur dan buah. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan desain *quasi eksperiment with pre-test – post-test control group design* dengan sampel adalah siswa kelas 4 SD di Kota Bandung sejumlah 62 orang. Analisis perbedaan rata-rata sebelum dan sesudah intervensi menggunakan Uji Wilcoxon dikarenakan data tidak terdistribusi normal. Uji Mann Whitney digunakan untuk melihat perbedaan rata-rata antara kelompok kontrol dan perlakuan dengan nilai signifikansi  $P < 0,05$ . Terdapat perbedaan yang signifikan pada skor pengetahuan siswa antara sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi pada kedua kelompok ( $P < 0,05$ ). Terdapat peningkatan rata-rata skor pengetahuan siswa sebesar 2,94 poin pada kelompok perlakuan dan 2,35 poin pada kelompok kontrol ( $P = 0,632$ ). Terdapat peningkatan rata-rata skor sikap pada kelompok perlakuan sebesar 3,29 poin dan 3,26 poin pada kelompok kontrol ( $P = 0,733$ ). Hasil

penelitian menunjukkan bahwa, media video animasi dan *power point* dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan siswa Sekolah Dasar mengenai konsumsi sayur dan buah.

**Kata kunci:** edukasi gizi, konsumsi sayur dan buah, media video, pengetahuan, sikap

## PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan anak usia sekolah perlu didukung oleh asupan zat gizi yang baik dan seimbang. Berdasarkan Kementerian Kesehatan, anak usia sekolah adalah anak berusia 6 – 18 tahun [1]. Salah satu pesan gizi seimbang adalah mengonsumsi sayur dan buah. Akan tetapi dalam pelaksanaannya, ada 93,5% penduduk usia di atas 10 tahun pada tahun 2013 dan 89,7% pada tahun 2018 mengonsumsi kurang dari 5 porsi buah dan sayur dalam sehari [2], [3]. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Hermina dan Prihatini, sejumlah 94,8% penduduk mengonsumsi sayur dan 33,2% mengonsumsi buah, akan tetapi jumlahnya tidak sesuai dengan anjuran [4]. Penelitian yang dilakukan kepada siswa kelas 5 sekolah dasar menunjukkan bahwa 90% siswa kurang mengonsumsi sayur dan buah [5].

Anjuran konsumsi sayur adalah 250 gram perorang perhari dan buah 150 gram perorang perhari. Anak balita dan anak usia sekolah dianjurkan untuk mengonsumsi 300-400 gram sayur dan buah [6]. Akan tetapi, pada kenyataannya rata-rata konsumsi sayur dan buah penduduk Indonesia belum mencapai angka tersebut. Rata-rata konsumsi sayur penduduk Indonesia adalah 70 gram/orang/hari, sedangkan buah 38,8 gram/perorang/perhari. Konsumsi rata-rata sayur dan buah penduduk usia 5-12 tahun sebanyak 81,9 gram/perorang/perhari, dengan konsumsi sayur 47,9 gram/orang/hari dan buah 34 gram/orang/hari [4].

Indonesia berada dalam transisi epidemiologi yang mengalami masalah gizi kurang, namun di sisi lain terjadi kegemukan dan peningkatan prevalensi penyakit tidak menular terkait gizi (Diabetes mellitus, hipertensi, jantung koroner, dan stroke) [6], [7]. Konsumsi sayur dan buah merupakan bagian penting dalam mewujudkan Gizi Seimbang karena berfungsi sebagai sumber vitamin, mineral, dan serat pangan [6]. Konsumsi sayur dan buah dapat mencegah terjadinya peningkatan berat badan yang berlebihan, akan tetapi konsumsi sayur dan buah pada anak kurang dari yang dianjurkan [8]. Konsumsi sayur dan buah pada anak juga berfungsi untuk pertumbuhan dan perkembangan, menguatkan imun tubuh, dan memperlancar sistem pencernaan. Rendahnya konsumsi sayur dan buah juga berkaitan dengan rendahnya pencapaian akademis [9].

Perubahan sikap dan perilaku serta peningkatan pengetahuan terkait kebiasaan konsumsi sayur dan buah anak dapat tercapai dengan adanya pendidikan gizi [10], [11]. Pendidikan gizi dapat meliputi pengetahuan gizi, yaitu pengetahuan tentang makanan dan zat gizi, sumber zat gizi pada makanan, makanan yang aman dikonsumsi dan tidak menimbulkan penyakit, cara agar zat gizi tidak hilang saat pengolahan makanan, serta upaya hidup sehat [12].

Pemberian pendidikan gizi perlu dilakukan, karena anak sekolah (7-12 tahun) yang mengetahui tentang manfaat sayur sebesar 16,7% dan pada remaja (13-18 tahun) sebesar 36,3%. Serupa dengan pengetahuan terhadap manfaat sayur, hanya 25,9% anak usia sekolah dan 43,7% remaja yang mengetahui manfaat buah [13], [14]. Disamping itu, faktor tingkat pendidikan, pengalaman, informasi, lingkungan budaya, dan sosial ekonomi juga dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang [15].

Sikap merupakan perasaan positif atau negatif sebagai respons seseorang terhadap objek, orang, atau lingkungan yang merupakan hasil dari pengetahuan dan pengalaman yang terdiri dari empat tingkatan, yaitu menerima, merespons, menghargai, dan bertanggung jawab. Kebiasaan anak dalam mengonsumsi makanan dapat dipengaruhi oleh perilaku orang lain. Anak cenderung mengikuti perilaku orang yang disukai atau

orang yang mendapatkan hadiah karena melakukan sesuatu. Selain itu, konsumsi makanan juga dipengaruhi oleh orang tua, guru, orang dewasa lain, dan anak lain [8], [16].

Apabila sikap berbentuk perasaan sebagai sebuah respons, maka perilaku merupakan tindakan nyata atau terbuka terhadap suatu stimulus yang ditunjukkan dalam bentuk tindakan yang dapat diamati atau dilihat oleh orang lain [17]. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan adalah faktor predisposisi (*Predisposing factor*), pemungkin (*Enabling factor*), dan penguat (*Reinforcing factor*) [18].

Media merupakan alat perantara yang penting dalam penyampaian pesan bagi Anak usia sekolah untuk menarik minat anak terhadap materi yang akan diberikan. Pada anak usia sekolah yang mempunyai karakteristik rasa ingin tahu tinggi dibutuhkan media yang berwujud konkrit. Namun, tidak semua media edukasi gizi yang ada saat ini bersifat konkrit sehingga dapat digunakan media seperti video. Media pendidikan gizi yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku terhadap konsumsi sayur dan buah dalam penelitian ini adalah video animasi. Penelitian yang dilakukan Novelinda menunjukkan bahwa pemberian edukasi melalui video lebih efektif dalam memperbaiki perilaku konsumsi sayur dan buah dibandingkan dengan booklet [19]. Selain itu, media yang digabungkan (ceramah dengan audiovisual atau alat peraga) dapat mendukung peningkatan pengetahuan siswa [20]. Hal tersebut dikarenakan media audiovisual dapat mempengaruhi tiga domain pembelajaran, yaitu meningkatkan pengembangan kognitif, perubahan sikap, dan membangun keterampilan motorik melalui adanya stimulus pada pendengaran dan penglihatan [21].

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pendidikan gizi dengan media video terhadap pengetahuan dan sikap mengenai konsumsi sayur dan buah pada siswa Sekolah Dasar. Konsumsi sayur dan buah yang sesuai anjuran dapat berdampak pada status gizi yang baik, sehingga siswa dapat menjadi generasi penerus bangsa yang aktif, sehat, dan produktif.

## METODE

Jenis penelitian adalah eksperimen semu (*Quasi Experiment*) dengan rancangan *quasi eksperiment with pre-test – post-test control group design*. Desain penelitian ini digunakan untuk membandingkan hasil intervensi dari pendidikan gizi yang diberikan pada dua kelompok, yaitu kelompok perlakuan yang diberikan pendidikan gizi menggunakan media video dan kelompok kontrol diberikan pendidikan gizi menggunakan media power point.

Lokasi penelitian adalah salah satu Sekolah Dasar di Kota Bandung. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2023 - Agustus 2023. Populasi penelitian adalah siswa kelas 4 SDN yang dipilih dengan cara *simple random sampling* dengan kriteria; siswa sekolah dasar di Kota Bandung, sehat, bersedia menjadi sampel, mendapatkan perizinan dari wali murid, dan mengikuti serangkaian kegiatan penelitian. Besar sampel dihitung berdasarkan rumus Lameshow et al (1977) dengan rerata peningkatan pengetahuan di penelitian sebelumnya, sehingga didapatkan total sampel sejumlah 30 orang kelompok perilaku dan 30 orang kelompok kontrol yang dalam pelaksanaannya dilakukan oleh 62 sampel [22] Video yang digunakan sudah dikembangkan pada penelitian tahun 2021 dan tervalidasi oleh pakar materi dan media [23]. Pengumpulan data dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan, dengan urutan *pre-test* pada pertemuan pertama, pemberian edukasi gizi pada pertemuan kedua dan ketiga, dan *post-test* pada pertemuan terakhir.

Pengumpulan data tersebut dilakukan dengan rentang waktu satu minggu. Pertemuan pertama dan terakhir dilakukan selama 45 menit untuk pengisian soal. Pemberian edukasi gizi pada pertemuan kedua dan ketiga dilakukan selama 45 menit dengan pemberian materi video animasi selama 15 menit dan diskusi tanya jawab selama 30 menit. Data pengetahuan dan sikap menggunakan angket (kuesioner

terstruktur), sedangkan data asupan sayur dan buah dilakukan wawancara langsung dengan metode *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) dalam periode 1 bulan. Bias dihindari dengan seleksi pemilihan kelas perlakuan dipilih secara random sederhana menggunakan kocokan. Dalam pengambilan data konsumsi sayur dan buah digunakan media buku foto makanan untuk menghindari bias dalam mengestimasi jumlah porsi konsumsi sayur dan buah.

Etik penelitian di dapatkan dari komisi etik Poltekkes Kemenkes Bandung dengan no.61/KEPK/EC/V/2023. Data kemudian dianalisis menggunakan uji t-test dependen atau uji Wilcoxon dilakukan untuk melihat perbedaan pemberian pendidikan gizi sebelum dan setelah diberikan intervensi, sedangkan, uji T-test Independen atau uji Mann-Whitney dilakukan untuk melihat ada tidak perbedaan rata-rata antara kelompok kontrol dengan kelompok perlakuan, dengan nilai signifikansi  $p < 0,05$ .

## HASIL

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol**

Jenis Kelamin	Kelompok			
	Perlakuan		Kontrol	
	n	%	n	%
Laki-laki	13	41,94	14	45,16
Perempuan	18	58,06	17	54,84
Total	31	100,00	31	100,00

Berdasarkan tabel 1, kelompok perlakuan adalah siswa kelas 4A2 yang berjumlah 31 orang, sedangkan kelompok kontrol adalah siswa kelas 4A1 yang berjumlah 31 orang. Jumlah siswa perempuan lebih banyak daripada siswa laki-laki pada kedua kelompok sampel.

**Tabel 2. Distribusi Nilai Skor Pengetahuan Pre-Test dan Post-Test pada Kelompok Perlakuan dan Kontrol**

Variabel	Kelompok							
	Perlakuan				Kontrol			
	n	Mean	SD	p	n	Mean	SD	p
Pengetahuan pre-test	31	7,29	2,41	0,042	31	7,00	1,78	0,046
Pengetahuan post-test	31	10,16	1,81	0,080**	31	8,97	1,99	0,200**
Perubahan Pengetahuan	31	2,94	0,64	0,001	31	2,35	0,76	0,005

\*One-sample Kolmogorov-Smirnov Test

\*\*Data Normal (p-value > 0,05)

Berdasarkan tabel 2, terdapat peningkatan nilai rata-rata pengetahuan antara sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pada kedua kelompok. Nilai rata-rata pengetahuan pada kelompok perlakuan lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa hanya nilai pengetahuan setelah intervensi pada kedua kelompok yang terdistribusi normal ( $p > 0,05$ ).

**Tabel 3. Distribusi Nilai Skor Sikap Pre-Test dan Post-Test pada Kelompok Perlakuan dan Kontrol**

Variabel	Kelompok							
	Perlakuan				Kontrol			
	n	Mean	SD	p	n	Mean	SD	p
Sikap pre-test	31	30,61	3,57	0,032	31	29,65	3,48	0,023
Sikap post-test	31	31,84	3,12	0,039	31	30,58	3,19	0,093**
Perubahan sikap	31	3,29	3,62	0,001	31	3,26	2,83	0,002

\*One-sample Kolmogorov-Smirnov Test

\*\*Data Normal (p-value > 0,05)

Berdasarkan tabel 3, menunjukkan peningkatan nilai rata-rata skor sikap antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Nilai rata-rata perubahan sikap pada kelompok perlakuan sedikit lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Berdasarkan hasil uji normalitas, hanya nilai sikap setelah intervensi pada kelompok kontrol yang terdistribusi normal.

**Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Menggunakan Video Animasi dan Ceramah PPT terhadap Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Sayur dan Buah**

**Tabel 5. Hasil Uji Statistik Perbedaan Perubahan Skor Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Sayur dan Buah Setelah Pemberian Edukasi Gizi antara Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol**

Variabel	Mean					
	Perlakuan			Kontrol		
	Pre- test	Post- test	p-value	Pre- test	Post- test	p-value
Pengetahuan	7,29	10,16	0,000	7,00	8,97	0,000
Sikap	30,61	31,84	0,278	29,65	30,58	0,309

\*wilcoxon test

Berdasarkan tabel 5 hasil uji statistik, didapatkan bahwa pengetahuan siswa antara sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pada kelompok perlakuan dan kontrol bermakna dengan nilai  $p (0,000) < 0,05$ . Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada skor pengetahuan siswa antara sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi pada kelompok perlakuan dan kontrol. Aspek lainnya dinyatakan tidak bermakna menurut uji statistik dengan nilai  $p > 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada aspek sikap konsumsi sayur dan buah antara sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok perlakuan dan kontrol.

**Perbedaan Perubahan Skor Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Sayur dan Buah setelah Pemberian Edukasi Gizi**

**Tabel 6. Hasil Uji Statistik Perbedaan Perubahan Skor Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Konsumsi Sayur dan antara Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol**

Variabel	Mean		p-value
	Perlakuan	Kontrol	
Perubahan Pengetahuan	2,94	2,35	0,632
Perubahan Sikap	3,29	3,26	0,733
Perubahan konsumsi Sayur dan Buah	247,63	256,79	0,762

\*Mann-whitney test

Berdasarkan tabel 6, diketahui bahwa nilai p-value perbedaan perubahan pengetahuan dan sikap konsumsi sayur kelompok perlakuan dan kelompok kontrol secara statistik tidak bermakna dengan nilai  $p > 0,05$ . Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol terhadap perubahan pengetahuan dan perubahan sikap perilaku konsumsi sayur dan buah setelah dilakukan intervensi.

**PEMBAHASAN**

Penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi gizi dengan menggunakan metode media video animasi maupun media power point dapat meningkatkan pengetahuan anak sekolah. Perubahan skor rata-rata pengetahuan pada kelompok perlakuan yang menggunakan video animasi lebih tinggi 0,59 poin (25,1%) dibandingkan dengan kelompok yang menggunakan media power point. Walaupun terdapat peningkatan pengetahuan, tetapi tidak ada perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok

berdasarkan hasil uji statistik. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya, bahwa tidak ada pengaruh perbedaan pengetahuan siswa SD antara yang diberikan edukasi melalui video animasi dan power point [24].

Hasil aspek sikap pada penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata, walaupun perbedaan peningkatan skor antara kedua kelompok tidak jauh berbeda. Sama dengan pengetahuan, tidak terdapat perbedaan yang bermakna secara statistik antara kedua kelompok. Sejalan dengan hasil aspek sikap, praktik konsumsi sayur dan buah setelah diberikan intervensi pada kelompok kontrol dan perlakuan tidak ditemukan adanya perbedaan. Hasil ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Salsabila (2019), bahwa tidak ada pengaruh antara sebelum dan sesudah pemberian edukasi gizi berupa video animasi dan power point terhadap konsumsi sayur dan buah [24].

Hasil ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan Nasution (2016) dan Suprpto (2022), dimana terdapat perubahan yang signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi melalui media video ataupun leaflet [25], [26]. Hal ini dapat terjadi karena penelitian sebelumnya menggunakan media yang memiliki perbedaan jumlah panca indera yang digunakan untuk menerima stimulus. Video melibatkan dua panca indera, sedangkan leaflet hanya melibatkan indera penglihatan saja. Oleh karena itu, perbedaan respon terhadap suatu stimulus dapat berbeda secara signifikan. Penelitian ini melibatkan video dan power point yang keduanya melibatkan dua panca indera (penglihatan dan pendengaran), sehingga perbedaan sikap antara kelompok perlakuan dan kontrol tidak terlihat secara signifikan.

Pemberian edukasi menggunakan media video juga perlu memerlukan beberapa hal, salah satunya adalah durasi video. Durasi video edukasi disarankan tidak terlalu panjang, yaitu hanya sekitar 3-5 menit, sedangkan durasi video dalam penelitian ini adalah 19 menit [27]. Media video juga memiliki keterbatasan, yaitu pemberian informasi yang bersifat searah, sehingga tidak ada diskusi atau umpan balik selama penayangan video sehingga siswa harus mampu mengingat rincian setiap sesi dalam video. Pengulangan dan penekanan saat memberikan edukasi melalui video sangat diperlukan [27].

Perubahan sikap membutuhkan waktu yang cukup lama dikarenakan sikap terbentuk dari 3 komponen yaitu kognitif, afektif, dan kecenderungan tindakan (konatif) yang merupakan suatu sistem yang berikatan [28]. Tidak terjadinya perubahan sikap pada penelitian ini dapat disebabkan karena tidak dilibatkannya pihak lain, seperti guru dan orang tua murid dalam pelaksanaannya. Faktor-faktor pendukung lain sangat diperlukan untuk mendukung adanya perubahan perilaku yang diharapkan, diantaranya fasilitas, sosok penguat/*support*, dan faktor lainnya [29]. Anak usia sekolah diperlukan dukungan dari orang tua dan sekolah dalam upaya perubahan sikap konsumsi sayur dan buah.

### **Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Menggunakan Video animasi dan Ceramah PPT terhadap Pengetahuan, dan Sikap Konsumsi Sayur dan Buah**

Penggunaan media yang menarik dalam pemberian pendidikan gizi sangat diperlukan agar pesan yang diberikan dapat dipahami dan tujuan proses pembelajaran dapat tercapai [29]. Oleh karena itu, dipilih media video animasi dalam penelitian ini. Pada penelitian sebelumnya telah dilakukan pengembangan video animasi yang digunakan pada penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor angket penerimaan siswa terhadap media video sebesar 3,6 yang menunjukkan bahwa media video termasuk layak/dapat diterima dengan baik (>3,4). Sedangkan berdasarkan tingkat kemudahan, manfaat video dan respon siswa terhadap media edukasi video didapatkan skor 4,7 [23]. Video animasi yang menarik dapat merangsang motivasi anak dalam belajar, sehingga informasi yang diterima lebih mudah dipahami dan dapat meningkatkan keingintahuan seseorang untuk memperdalam informasi tersebut [27], [28]

Anak usia sekolah (10-11 tahun) sedang berada pada tahap perkembangan kognitif, sehingga dibutuhkan pembelajaran operasional konkrit yang berfokus pada objek dan peristiwa nyata. Cerita pada video animasi pada penelitian ini membuat penokohan yang konkrit dengan permasalahan yang biasanya dihadapi oleh anak usia sekolah, sehingga mereka dapat mendapatkan pesan yang tersirat dalam video ini dengan lebih baik.

Edukasi gizi menggunakan media powerpoint digunakan untuk menampilkan materi menggunakan multimedia yang menarik tetapi mudah untuk dibuat. Kekurangan media ini adalah edukator hanya mengandalkan tulisan dan visual gambar yang terdapat pada power point, sedangkan pengalaman belajar pada manusia diperoleh melalui indra penglihatan sebesar 75%, indra pendengaran 13%, dan indra lainnya 12% [27]. Berdasarkan teori tersebut, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan dengan alat bantu audio visual seperti video animasi dapat menarik perhatian serta meningkatkan pemahaman siswa karena melibatkan penglihatan, sehingga media audio visual dapat membangkitkan motivasi belajar, meningkatkan pengetahuan, dan melakukan perubahan sikap, walaupun dalam pelaksanaan penelitian ini tidak terdapat hasil yang signifikan antara penggunaan video animasi dan *power point*.

## SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan skor rata-rata pengetahuan dan sikap pada kedua kelompok. Peningkatan skor pengetahuan dan sikap setelah intervensi pada kelompok perlakuan lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol, akan tetapi tidak ada perbedaan yang bermakna secara statistik antara kelompok perlakuan dan kontrol terhadap perubahan pengetahuan dan sikap konsumsi sayur dan buah. Disamping itu, didapatkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada skor pengetahuan siswa antara sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi pada kedua kelompok ( $P < 0,05$ ). Hasil penelitian menunjukkan bahwa, media video animasi dan *power point* dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan siswa Sekolah Dasar mengenai konsumsi sayur dan buah. Adanya dukungan dari orang tua dan pihak lainnya (sekolah dan guru) juga diperlukan, sehingga pada penelitian selanjutnya diperlukan edukasi gizi untuk siswa, orang tua, dan guru untuk mengubah sikap dan perilaku siswa.

## DAFTAR RUJUKAN

- [1] Kementerian Kesehatan, *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014*. Indonesia, 2014.
- [2] Kemenkes RI, "Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2018," Jakarta, 2018.
- [3] Kemenkes RI, "Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2013 Riset Kesehatan Dasar," Jakarta, 2013.
- [4] Hermina and P. S, "Gambaran Konsumsi Sayur dan Buah Penduduk Indonesia dalam Konteks Gizi Seimbang: Analisis Lanjut Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI) 2014," *Buletin Penelitian Kesehatan*, vol. 44, no. 3, pp. 205–218, 2016.
- [5] R. P. S. Wardhani and I. Budiono, "Lagu Edukasi Gizi Lebih Efektif Meningkatkan Pengetahuan Sayur & Buah Pada Siswi Perempuan," *J Health Educ*, vol. 3, no. 2, 2018, [Online]. Available: <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jhealthedu>
- [6] Kementerian Kesehatan, *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014*. Indonesia, 2014.
- [7] International Food Policy Research Institute, "Global Nutrition Report 2014: Actions and Accountability to Accelerate the World's Progress on Nutrition," Washington DC, 2014.
- [8] P. J. Horne, J. Greenhalgh, M. Erjavec, C. F. Lowe, S. Viktor, and C. J. Whitaker, "Increasing pre-school children's consumption of fruit and vegetables. A modelling and rewards intervention," *Appetite*, vol. 56, no. 2, pp. 375–385, Apr. 2011.

- [9] S. Gerritsen *et al.*, “Improving low fruit and vegetable intake in children: Findings from a system dynamics, community group model building study,” *PLoS One*, vol. 14, no. 8, Aug. 2019, doi: 10.1371/journal.pone.0221107.
- [10] A. F. Ferwandah and L. Muniroh, “Efektivitas Buku Edukatif Berbasis Games Terhadap Perubahan Pengetahuan serta Sikap Tentang Sayur dan Buah,” *Amerta Nutr.*, vol. 1, no. 4, pp. 389–397, 2017.
- [11] Soekirman, *Gizi Seimbang dalam Siklus Kehidupan Manusia*. Jakarta: PT Primamedia Pustaka, 2006.
- [12] S. Notoatmodjo, *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta, 2007.
- [13] H. Sudirman, A. Jahari, T. Tjukarni, S. Prohatini, Y. Rosmalina, and S. Latinulu, “Studi Pengembangan Strategi untuk Keberhasilan Keluarga Gizi (Kadarzi): Situasi Pelaksanaan dan Pengembangan Alternatif Indikator Kadarzi,” Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Bogor, 2009.
- [14] T. Mudjianto, A. Jahari, S. Prihatini, Hermina, N. Afriansyah, and T. Hidayat, “Uji Coba Media dan Identifikasi Saluran Edukasi dalam Rangka Pengembangan Strategi Edukasi Kadarzi,” Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Bogor, 2011.
- [15] S. Notoatmodjo, *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*, Edisi Revisi. Jakarta: Rineka Cipta, 2012.
- [16] S. Azwar, *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Liberty, 2011.
- [17] S. Notoadmodjo, *Ilmu Kesehatan Masyarakat Prinsip-Prinsip Dasar*. Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2003.
- [18] S. Notoadmodjo, *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2005.
- [19] R. Novelinda, “Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Metode Video Dan Booklet Terhadap Perubahan Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Siswa MTsN 1 Kota Padang Tahun 2018,” Universitas Andalas, Padang, 2018.
- [20] A. Dhian, “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Metode Ceramah dengan Audiovisual terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Menopause di Dukuh Girimulyo, Kelurahan Gergunung, Kecamatan Klaten Utara,” Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, 2011.
- [21] Sadiman, *Media Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2009.
- [22] M. Hayati, “Pengaruh Peer Edukasi tentang jajanan Sehat Terhadap Perilaku Anak Usia Sekolah di Kota Lhokseumawe Nanggroe Aceh Darussalam,” Universitas Indonesia, Depok, 2009.
- [23] W. Priawantiputri, Pusparini, A. Rianti, and J. A Purba, “Pengembangan Media Edukasi Konsumsi Sayur dan Buah melalui Video untuk Anak Usia Sekolah Dasar,” in *Prosiding TIN Persagi 2023*, 2023, pp. 229–240.
- [24] S. Salsabila, “Edukasi dengan Media Video Animasi dan Powepoint Sayur dan Buah,” *Jurnal Riset Kesehatan*, vol. 11, no. 1, pp. 183–190, 2019.
- [25] F. Nasution, “Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Leaflet Dan Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Mahasiswa Dalam Upaya Pencegahan NAPZA di AKPER Indah Medan,” Universitas Sumatera Utara, Medan, 2016.
- [26] I. Suprpto, “Efektivitas Penggunaan Media Edukasi Video Gizi Seimbang Sebagai Media Edukasi Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Tentang Gizi Seimbang Anak Usia Sekolah Dasar,” Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta, Yogyakarta, 2022.
- [27] S. Nurfadhillah, F. Cahya Tri Ramadani, N. Ari Afianti, A. Edo Erdian, and Huzaemah, “Pengembangan Media Video Pada Pelajaran Matematika Di Sd Negeri Poris Pelawad 3,” *Jurnal Pendidikan dan Dakwah*, vol. 3, no. 2, pp. 333–343, 2021, [Online]
- [28] U. Mahmudah and Yuliati Endri, “Edukasi Konsumsi Buah dan Sayur Sebagai Strategi dalam Pencegahan Penyakit Tidak Menular pada Anak Sekolah Dasar Article Info,” *Jurnal Warta LPM*, vol. 24, no. 1, pp. 11–19, 2021, [Online].
- [29] Sudjana and A. Rivai, *Teori Sikap Manusia & Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003.